

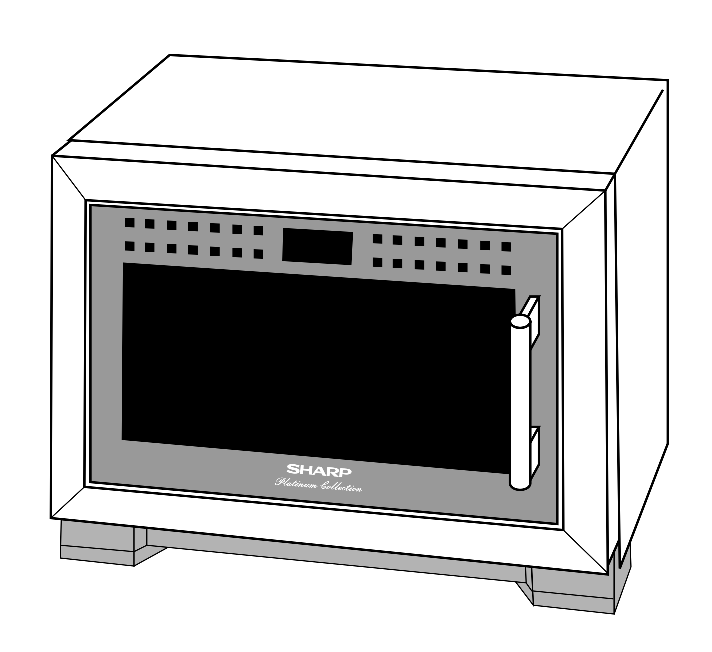
香港電器安全規格
（國際電工委員會規格適合）

微波爐
MICROWAVE OVEN

®

R-582D

使用說明書
OPERATION MANUAL



目錄

頁數

CONTENTS

Page

警 告

使用本微波爐前，請先細讀此說明書。

1. 為防止意外發生，請注意並遵守下列事項：
   a. 切勿讓食品烹調過度。
   b. 烹調食品前，先拆去綁紮包裝袋的金屬線。
   c. 切勿用微波爐來加熱食油或油炸食品，因為油溫會變得很高而難以控制。
   d. 每次使用後，應先以濕布，再以乾布除去噴濺於波導管罩及爐內的食物及油垢。積存在微波爐內部的油污可能引致黑煙或起火。
   e. 烹調中發生冒煙或起火現象時，請不要立刻拉開爐門，應先停止操作及拔除電源線，或將保險絲或電流斷路器之開關關閉。
   f. 使用即棄容器如塑膠、紙或其他可燃燒材料作烹調時，應小心注意爐內情況。

2. 為防止烹調食品的爆濺，請遵守下列事項：
   a. 切勿用密封容器進行烹調。如帶有瓶蓋或奶嘴的奶瓶均屬密封容器。
   b. 加熱液體時，一定要用闊口容器。而且在加熱後二十秒才取出，以免把手燙傷。

3. 本微波爐僅可作為家庭烹調使用，並僅應用於食物和飲料之加熱、烹調和解凍。
   不適合作為商業或實驗室之用。

4. 微波爐門夾有雜物或沒有關閉好時，切勿加以使用。

5. 請切勿試圖自行更改或維修此微波爐，這是非常危險的。如有需要更改或維修，必須由接受過聲寶公司訓練之合格服務技師更換。

6. 微波爐發生故障時，應先請聲寶技術人員加以檢查修理後才繼續使用。請注意爐門必須可以關緊及沒有以下故障：
   (1) 爐門(彎曲、扭翹)　(2) 鉸鏈和鎖扣(破斷、鬆落)　(3) 爐門密封襯墊和襯墊層表面

7. 從微波爐內取出食物時，請小心不要讓器皿、衣服或裝飾物被微波爐門鎖鈎到。

8. 電源供應線發生破損時，必須更換一條聲寶維修中心所認可或提供之電源線，並必須由接受過聲寶公司訓練之合格服務技師更換。

9. 請切勿將電源線壓於微波爐之下、擱置於發熱體表面或掛於銳利的物品上，以免受損壞。

10. 如果爐箱內照明燈發生故障，請與聲寶維修中心聯絡。

11. 烹調結束後欲取出爐內食品時，務請戴用烹調手套，以免燙傷；並應小心揭蓋，以免蒸氣灼傷手或面部。

12. 烹調後小心揭蓋，以免蒸氣灼傷手或面部。

13. 為防止轉盤受損壞，請遵守下列事項：
   a. 用水清洗轉盤時，應先待轉盤冷卻。
   b. 切勿置滾熱食品或熾熱容器於冷卻的轉盤之上。
   c. 切勿置冰冷食品或容器於熾熱的轉盤之上。

14. 請切勿將任何物件遮蓋外殼或放於爐頂上。

15. 請確保烹調器皿於烹調時不會與爐箱內壁碰觸。

16. 請勿使用微波爐作任何貯藏食物或物件用途。

17. 在沒有正確指引及監察下，請勿讓年幼兒童或殘弱人士自行操作微波爐。

18. 請務必清楚詳細地對兒童講解一切安全指引及不適當使用此爐的危險性，不可讓兒童於沒有成人監察下自行操作微波爐。

19. 請勿讓兒童把微波爐當作玩具玩耍。

特別注意事項

	要求事項	忌諱事項
蛋類、水果、果仁、種子、蔬菜、香腸和牡蠣（蠔）	* 烹調蛋類、牡蠣等食品時，須於蛋黃、蛋白或牡蠣表面刺數孔，以免烹調加熱時爆裂。 * 烹調馬鈴薯、蘋果、美國南瓜、熱狗、香腸及牡蠣等時，戳其皮數孔，讓烹調加熱時內部水蒸氣能冒出。	* 烹調或加熱帶殼蛋類。（若「爆裂」，可能損壞微波爐或令自己受傷。） * 為帶殼熟蛋類加熱。 * 過度加熱牡蠣（蠔）。 * 為帶殼果仁或種子類加熱。
爆玉米花	* 用微波爐爆玉米花時，必須使用微波爐爆玉米花專用袋。 * 聽到爆玉米花聲已減慢到1-2秒一次時，應停止繼續烹調，以免過火。	* 用普通的爆玉米花袋或玻璃罐來爆玉米花。 * 用微波爐爆玉米花專用袋爆玉米花時，設定的烹調時間過於所需時間。
嬰兒食品	* 轉盛嬰兒食品於微波爐烹調容器中，小心加熱之。檢查適當的溫度，以免灼傷。 * 直接加熱盛於嬰兒奶瓶中的牛奶時，必須揭去其旋蓋和奶嘴。加熱後，套上奶嘴，充份搖勻，達至適當溫度後，才餵嬰兒食用。	* 加熱即棄式瓶罐。 * 對奶瓶加熱過度，請只加熱至溫熱的程度。 * 用帶有奶嘴的奶瓶加熱。 * 直接用盛載嬰兒食品的瓶罐加熱。
一般食品	* 烹調有餡料的食品後，請分斷切開，讓蒸氣冒出，以防止餘熱使之繼續烹調。 * 在加熱前後攪拌湯類飲料，可助均勻受熱。 * 加熱湯類飲料時，須用深底容器，以防湯類飲料濺出。 * 為湯類飲料加熱者，請遵守第C-1頁的警告事項。	* 盛食品於玻璃罐或密封容器來加熱烹調。 * 以微波爐來煎炸食品。 * 用微波爐烘烤木頭、草類、或潮濕紙張。 * 無食品狀態下操作微波爐。
罐頭食品	* 把罐頭食品取出及放於容器內。	* 把整個罐頭加熱或烹調。
香腸卷、餡餅、聖誕布丁	* 屬高糖份及高脂肪含量的食品。因此必須按“烹調指南”中的設定時間加以烹調。	* 烹調過份，以致冒煙起火。
肉類	* 使用耐微波碟或盤，以收集及積聚肉類之汁液。	* 直接置肉塊於轉盤上烹調。
容器	* 使用前先確認該容器能否適用於微波烹調。	* 使用金屬容器進行微波烹調。金屬反射微波能引起火花現象。
鋁箔紙（錫紙）	* 用鋁箔紙來包裹食品薄細部份，以免烹調過度。 * 注意火花產生。所以儘可能減少使用鋁箔紙，及應與爐之內壁保持距離。	* 鋁箔紙的使用過多。 * 用鋁箔紙包裹的食品過於靠近爐箱內壁，以致火花產生，或損壞微波爐。

安裝事宜

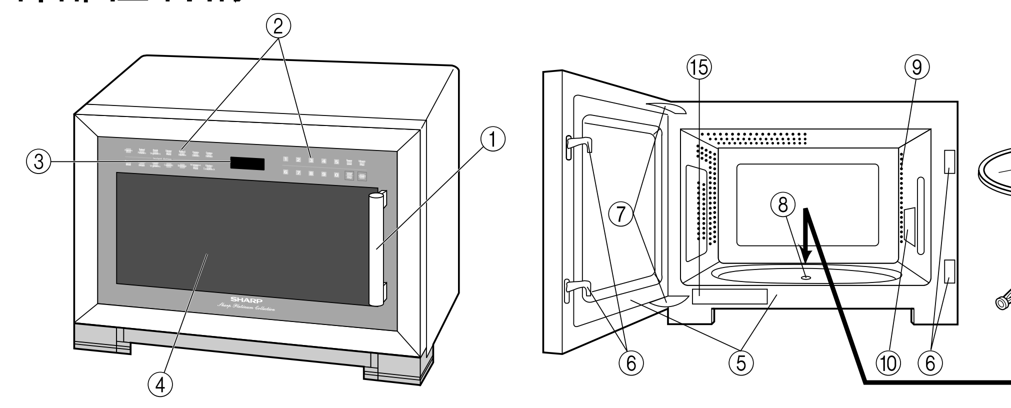
1. 將微波爐內的包裝物件及爐門之宣傳標貼(若附有)全部拆去,認真檢查是否有損壞之處,必要時進行修理。
   例如: 檢查爐門的安裝有否偏差,爐門周圍的密封襯墊有否損壞或微波爐內及爐門上是否有凹痕等。若發現有任何損壞之處,請立刻與聲寶維修中心聯絡,接受維修人員的檢查與修理後,才可使用本微波爐。
2. 檢查本微波爐是否帶有下述附件:
   1) 轉盤　2) 轉盤旋轉架　3) 使用說明書　4) 食譜
3. 先將轉盤旋轉架置於微波爐內,然後再將轉盤置於轉盤旋轉架上,並與聯接器扣好。切勿於未置轉盤及其旋轉架時,強行使用微波爐。
4. 請勿將微波爐安裝在高溫或潮濕的地方,例如焗爐附近。而於安裝微波爐時,亦須注意避免堵塞或掩蓋微波爐的通風口。
   從爐頂以上之空間應有最少十五厘米,以便空氣流通。
   微波爐的設計不適宜嵌入牆壁或櫥櫃內。
5. 由於用戶未遵照正確的電源接駁指示而引致微波爐損壞或其他不良後果時,廠方及經銷商概不負責。本微波爐所使用的交流電源的電壓和頻率必須與微波爐背面的標牌所示一致。
6. 本微波爐的地線必須接地:

重　點

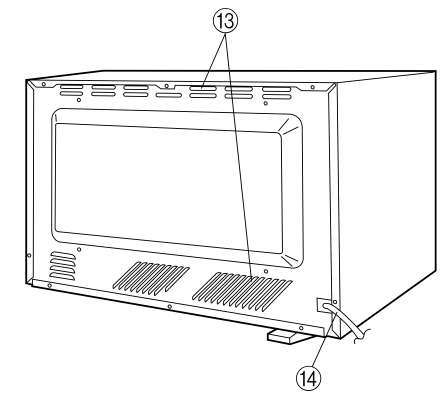
電源線中導線按照以下方式標色:　綠黃色: 地線
藍　色: 中線
褐　色: 火線

本微波爐電源線中導線的色標可能與閣下所用的插頭(或插座)上的色標不相同,屆時請按以下規則操作:
綠黃色的導線必須與以下幾種插頭(插座)之一相接:標有E字母、帶有 ⏚ 符號、色標為綠色或黃綠色。
藍色的導線必須與標有N字母或藍色的插頭(或插座)相接。
褐色的導線必須與標有L字母或褐色的插頭(或插座)相接。

各部位名稱



① 手柄
② 控制板(請見C-4頁)
③ 顯示器
④ 裝有透明窗的爐門
⑤ 爐門密封襯墊和襯墊表層
⑥ 門鎖
⑦ 門鉸
⑧ 聯接器
⑨ 照明燈
⑩ 波導管罩(請不要拆出)
⑪ 轉盤
⑫ 轉盤旋轉架
⑬ 通風口
⑭ 電源線
⑮ 標牌



軟鍵控制板指南

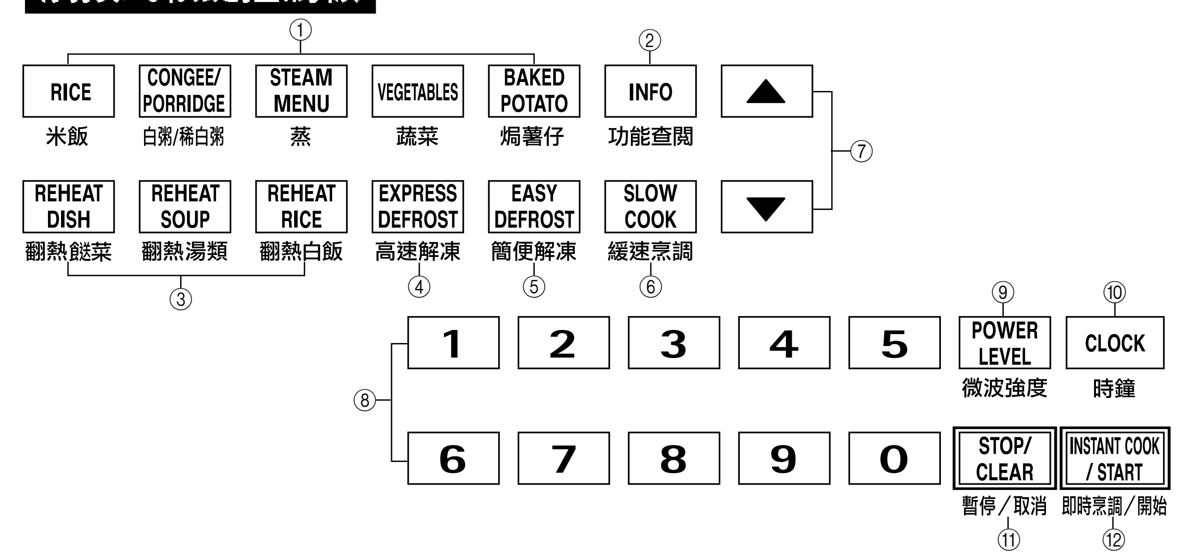
觸按控制板軟鍵以控制微波爐操作，當每次正確地觸按，微波爐會發出鳴響聲，以表示閣下已選擇軟鍵。

除了軟鍵選入的鳴響聲外，在烹調程序完成時，微波爐還會發出一聲約兩秒的鳴響聲；而按烹調程序之需要，在烹調中途暫停時亦會發出四聲鳴響聲。

顯示器



觸按式軟鍵控制板



① **感測烹調軟鍵**
觸按之以選擇感測烹調項目。

② **功能查閱軟鍵**
觸按此鍵以選擇有助操作之指南，包括自動開始、兒童鎖、語言切換，示範功能或烹調資料等。

③ **感測翻熱軟鍵**
觸按之以翻熱常用的項目。

④ **高速解凍軟鍵**
觸按之以選擇高速解凍項目。

⑤ **簡便解凍軟鍵**
輸入冷藏肉類重量，觸按此鍵以為其解凍。

⑥ **緩速烹調軟鍵**
觸按之以作慢火及長時間烹調。

⑦ **增加 (▲)，減少 (▼) 軟鍵**
觸按之以分鐘為單位來調節烹調中的時間，或在輸入自動烹調功能時，增減烹調時間。

⑧ **數字軟鍵**
觸按之以決定烹調時間、時鐘時間或食品重量。

⑨ **微波強度軟鍵**
觸按此鍵以設定微波強度。若不選定時，微波爐自行選定為100%（高火）的微波強度。

⑩ **時鐘軟鍵**
觸按之以設定時鐘時間或定時器。

⑪ **暫停/取消軟鍵**
觸按之便能取消編定烹調時之程序。
在烹調進行時，觸按一次為暫停烹調；觸按兩次為取消烹調程序。

⑫ **即時烹調/開始軟鍵**
觸按此鍵使已編的烹調程序開始操作。
但在未編入烹調程序的狀態下而觸按，便立刻用1分鐘微波100%（高火）自動開始烹調。故觸按的次數相等於按分鐘所計的烹調時間。

操作前

* 本微波爐備有以英文說明的操作指南。故在編定烹調程序時，操作步驟將顯示在顯示器上，以助閣下方便操作。本說明書只略述操作指南的表示內容。
* 操作指南可用英文、馬來西亞文或俄文表示，語言切換方法請參見第C-22頁。

烹調開始前之須知

步驟	操作	軟鍵	顯示
1	把微波爐插頭插入電源插座。		顯示器上交替出現SHARP MICRO-WAVE OVEN的顯示。
2	觸按暫停/取消軟鍵，之後聽到“嗶”的聲音。	STOP/CLEAR 暫停／取消	: 只有“:”顯示。

時鐘時間設定方法

* 設定現在時間11:34（上午或下午）。

步驟	操作	軟鍵	顯示
1	觸按時鐘軟鍵。	CLOCK 時鐘	:0 冒號“:”開始閃動。
2	順序觸按數字軟鍵，輸入當天的正確時間。	1 1 3 4	11:34
3	再次觸按時鐘軟鍵。	CLOCK 時鐘	11:34

這是一個12小時制式的時鐘。在錯誤輸入時間的情況下（例 13:45），顯示器會出現ERROR（錯誤）字樣。按暫停/取消軟鍵，重新輸入當天的時間（例 1:45）。
微波爐的時鐘是在電源頻率的基礎上工作的，所以在頻率發生變化的時候，時鐘可能變慢或快，故應定期調整時間。
在烹調的狀態下如果想知道當天的時間，請按時鐘軟鍵。當手按着時鐘軟鍵時，時間則會顯示。

暫停/取消軟鍵的用法

觸按此軟鍵一次用來：—
1. 暫停烹調中微波爐的操作。
2. 取消編定時錯誤選入的烹調程序。

取消烹調中所編定的程序

觸按暫停/取消軟鍵兩次。

微波烹調技巧

食品的放置	較厚向外，較薄向內(中央)。
決定烹調時間	開始時先用較短之烹調時間，然後再根據烹調後的情況而追加時間。若烹調時間過度，會引起食物燒焦、起火。
食品的覆蓋	參考食譜的指南用耐微波保鮮紙、蓋或紙巾而把食品覆蓋好。這樣可以防止汁液飛濺，以及幫助食物均匀烹調。
食品的局部遮蓋	以防止肉塊細薄部份烹調過度，解凍時應用鋁箔紙（錫紙）把這些部份包好。
食品的攪拌	必要時於烹調過程中由外至內攪拌食物一至兩次。
食品的翻轉	烹調雞腿、漢堡或扒類時，時間過半翻轉之，以達均勻的烹調效果。
食品的重新放置	在烹調中途置換食品的位置，如外圍及中部食品的交換，以及上層和下層的交換，以達均勻烹調的效果。
食品的擱置	烹調之後，應擱置一段適當時間。若有可能，應將食物由爐中取出並攪拌。擱置時加蓋，可讓食物不致烹調過度。
熱度檢查	烹調後食品之顏色及軟硬，可作為測試其生熟程度，方法如下： - 整個食品是否都有蒸氣冒出，而非只是局部或邊沿。 - 家禽關節部是否容易撕開。 - 肉塊或家禽已無血可見。 - 魚肉色已變，且可用刀叉輕易撕碎。
濕氣的凝聚	濕氣凝聚是微波爐烹調的正常現象。烹調中，食物內部的水份和濕氣受熱蒸發，使爐箱內的含水量增加。一般來說，加蓋的食物比不加蓋的食物所凝聚的濕氣較少。故應經常保持微波爐通風口暢通無阻。
微波用煎碟	採用煎碟或可加熱之質料用具時，應先用一耐熱絕緣體如陶瓷碟把煎碟與轉盤分隔，以免轉盤、轉盤旋轉架以及聯接器受熱過度而爆裂。而煎碟之預熱時間也不應超過指定的範圍。
微波爐用保鮮紙	烹調多油的食物時，由於保鮮紙有溶化之可能，故不可讓其和食物表面接觸。
微波爐用塑膠廚具	有些微波爐用的塑膠廚具不宜用來烹調多油或多糖的食物。

自選烹調功能

自選烹調時間的設定方法

欲以自選烹調進行烹調，先設定所需烹調時間，然後再設定微波強度。
可設定至最多99分99秒。
本微波爐設有5個微波輸出強度以供烹調選擇。

微波強度	10% (低)	30% (中低)	50% (中)	70% (中高)	100% (高)
舉例	食品保溫	一般解凍、軟化牛油等。	需要小心烹調之食品（如蛋類及海鮮等）。		烹調生肉類、蔬菜、米飯或意粉等。

閣下可隨不同的食物而選擇不同的微波強度。
若不作任何選擇時，微波爐將自動選其為100%（高火）之微波強度來烹調。

* 假定閣下想用微波100%（高火）來煮菜2分30秒：

步驟	操作	軟鍵	顯示
1	選定所需烹調時間。	2 3 O	230 COOK 烹調 COOK（烹調）燈號閃動。
2	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	230 COOK 烹調 烹調時間開始逐秒遞減。

若閣下想降低微波強度，則應觸按微波強度軟鍵，直至顯示適當的微波強度為止。

* 假定閣下想用微波50%（中火）來煮魚塊10分鐘：

步驟	操作	軟鍵	顯示
1	選定所需烹調時間。	1 O O O	1000 COOK 烹調 COOK（烹調）燈號閃動。
2	觸按微波強度軟鍵以選定微波強度，直至出現適當的強度為止（50%（中火）之微波強度時，應觸按三次）。	POWER LEVEL 微波強度 x 3	50 % COOK 烹調
3	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	1000 COOK 烹調 烹調時間開始逐秒遞減。

烹調過程中，一旦將爐門拉開，顯示器上的時間顯示便隨即停止；之後若將爐門關上，並觸按即時烹調/開始軟鍵後，顯示器上的數字又接著逐秒遞減。
如閣下想於烹調過程中檢查選定的微波強度，只需一直觸按微波強度軟鍵，微波強度的百分率即會顯示出來。

順序分段烹調

閣下可在一次中連續輸入3項不同的烹調程序，微波爐便可依程序來進行烹調。

* 假定閣下想先用微波50%（中火）來烹調10分鐘，再用微波100%（高火）來烹調5分鐘：

步驟	操作	軟鍵	顯示
1	選定所需烹調時間。	1 0 0 0	1000 COOK 烹調 COOK（烹調）燈號閃動。
2	觸按微波強度軟鍵以選定微波強度，直至出現適當的強度為止（50%（中火）之微波強度時，應觸按三次）。	POWER LEVEL 微波強度 x 3	50 % COOK 烹調
3	第二階段同樣選定所需烹調時間。 （此時若不觸按微波強度軟鍵，微波爐便會自動以100%（高火）作烹調。）	5 0 0	500 COOK 烹調
4	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	1000 COOK 烹調 第一階段烹調時間開始逐秒遞減。其遞減至0時， 500 COOK 烹調 顯示器上即出現第二階段的程序，而烹調時間再次逐秒遞減。

即時烹調

單觸按即時烹調軟鍵一次，便會以微波強度100%（高火）烹調一分鐘：

步驟	操作	軟鍵	顯示
1	觸按即時烹調/開始軟鍵。 （只限於剛把爐門關閉3分鐘內才有效。）	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	100 COOK 烹調 烹調時間開始逐秒遞減。

觸按即時烹調/開始軟鍵，直至顯示器上顯示出所需烹調時間為止。
每觸按一次，便能以一分鐘為單位增加烹調時間。

緩速烹調

SLOW COOK
緩速烹調

觸按「緩速烹調」軟鍵一次選擇以「強微波緩速烹調」。
觸按「緩速烹調」軟鍵兩次選擇以「弱微波緩速烹調」。

「緩速烹調」軟鍵是為了需長時間烹調的食物而設計，如燉、燜、煲湯或中式糖水等。「緩速烹調」之設定有兩種選擇，分別是「強微波緩速烹調」及「弱微波緩速烹調」，兩種選擇均分別最長可烹調2小時。

* 假定閣下想以強微波緩速烹調炆雞1小時30分鐘：

步驟	操作	軟鍵	顯示
1	觸按緩速烹調軟鍵一次。	SLOW COOK 緩速烹調 x 1	SLOW COOK / HIGH
2	選定所需烹調時間。	1 3 O	1H30 COOK（烹調）燈號閃動。
3	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	1H30 烹調時間開始逐分鐘遞減。其遞減至0時，微波爐發出一聲嗚響信號。

注意 1. 如果想攪拌烹調食品，閣下可觸按暫停/取消軟鍵一次，然後打開爐門。待攪拌後，關閉爐門，觸按即時烹調/開始軟鍵繼續烹調。
2. 強微波緩速烹調與弱微波緩速烹調可先後隨意地合併，作兩個階段的烹調。但是，緩速烹調功能不能與其他烹調功能結合作多階段的烹調。
3. 如閣下想於緩速烹調過程中確認選定的緩速強度，只要一直觸按微波強度軟鍵，顯示器上便可顯示出 “SLOW COOK HIGH”（強）或 “SLOW COOK LOW”（弱）的字樣。

緩速烹調注意事項

為了達到理想的烹調效果，請儘量：

1. 把材料切成較小塊。
2. 加入適當的液體份量(如水、醬汁)，而使材料沉入其中，以免材料表面灼焦。特別是在炆肉或煲雞湯時，這情況更要注意。
3. 在煲湯或烹調較多份量時，材料最低限度要距離容器頂部1½吋(3.8厘米)，不然可能會有滾瀉的現象。
4. 在食品剛烹調時，請避免加入太多調味。特別是鹽，應在烹調完畢後才加入。
5. 在烹調時加上蓋。而在烹調中，也不要隨便打開，以免影響烹調效果。
6. 在烹調後攪拌及擱置。

自動烹調功能

自動烹調須知

1. 用感測翻熱功能以及感測烹調功能來進行烹調時，必須在開始烹調之前，用乾布或紙巾抹乾附著於烹調容器外部以及微波爐內壁的水份，否則或會影響感測烹調的效果。
2. 當電源剛被接通，用戶須等候約兩分鐘才可啟動感測烹調功能。
3. 遇以下情形，ERROR（錯誤）字樣將會顯示：
   a）觸按即時烹調/開始軟鍵而進行自動烹調時，若其食品份量或重量少於或多於各功能的烹調指南表中指定之範圍時，顯示器上即顯示出ERROR（錯誤）字樣。此時，應觸按暫停/取消軟鍵，以取消ERROR（錯誤）的顯示，然後重新編定烹調程序。
   b）在感測烹調時，若在烹調時間顯示前爐門被開啟或 "暫停/除消" 軟鍵被觸按，顯示屏便會出現 "錯誤" ERROR的字樣。此時，用戶可觸按暫停/取消軟鍵，然後以自選烹調方式作烹調。
4. 當用感測翻熱或感測烹調來烹調少量食物，烹調時可能不會顯示烹調剩餘時間或烹調過程中需要之任何操作。
5. 當食物重量或份量少於或多於所建議之範圍時，請用自選烹調方法進行烹調。
6. 用標準烹調方法進行烹調時，若閣下想隨意調節生熟程度，只要於觸按開始軟鍵前觸按增加（▲）或減少（▼）軟鍵即可。
7. 烹調的成效會因食物的不同情況，如原來的溫度、形狀、質素而有異，故烹調後應檢查食物，如有需要，請以自選烹調繼續加熱。
8. 若解凍之食物重量多於或少於高速解凍指南之建議範圍時，請使用簡便解凍或自選解凍時間。
9. 輸入重量時，請按公斤後的首個小數點調整尾數單位才輸入。例如：0.35公斤，改為輸入0.4公斤。

感測翻熱

REHEAT DISH 翻熱餸菜　REHEAT SOUP 翻熱湯類　REHEAT RICE 翻熱白飯

只需觸按軟鍵，感測翻熱功能便會自動調校微波強度及烹調時間。詳情請依照下面之烹調指南。

* 假定閣下想翻熱360克的餸菜：

步驟	操 作	軟 鍵	顯 示
1	觸按感測翻熱餸菜軟鍵。	REHEAT DISH 翻熱餸菜	DISH SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南 COOK（烹調）燈號閃動。
	如需要有關的烹調提示，按功能查閱軟鍵。	INFO 功能查閱	02 KG- 05 KG SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南
2	觸按即時烹調/開始軟鍵。 * 當感測器感測到食物散發出來的蒸氣時，在顯示器上即顯示出烹調剩餘時間。（例：烹調剩餘時間約為1分30秒鐘）	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	SENSOR SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南 130 SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南 烹調剩餘時間顯示逐秒遞減。其時間顯示遞減至0時，微波爐將發出一聲鳴響信號，所有指示燈將熄滅，顯示器上交替出現 STIR（攪拌）STAND（擱置）COVERED（加蓋）的字樣。

每當HELP（指南）於顯示器上顯示，閣下可隨意查閱功能上之資料。請參見第 C-22頁。

感測翻熱指南

項 目	烹調前溫度	份 量	操 作
餸菜 午餐/晚餐盤 肉類	8-12℃ 冷凍溫度	200克-500克	● 盛於直徑22-28厘米的圓形淺碟上。 ● 以微波保鮮紙覆蓋，若肉類較乾，可加水兩湯匙。 ● 在一邊留下約2.5厘米細縫，讓蒸氣溢出。 ● 烹調之後加以攪拌擱置(STIR STAND COVERED)1分鐘。
白飯 飯類	8-12℃ 冷凍溫度	200克-500克	● 盛於直徑22-28厘米的圓形淺碟上。 ● 以微波保鮮紙覆蓋。 ● 在一邊留下約2.5厘米細縫，讓蒸氣溢出。 ● 烹調之後加以攪拌擱置(STIR STAND COVERED)1分鐘。
湯類 清湯 濃湯 豬骨菜湯	15-20℃ 室溫	1-4杯 （1杯約250毫升）	● 一個湯碗裝一杯，若超過兩杯應用兩公升容器盛載。 ● 以微波保鮮紙覆蓋。 ● 在一邊留下約2.5厘米細縫，讓蒸氣溢出。 ● 1杯時應放在轉盤上的一邊。（烹調2至4杯時，可沿著轉盤邊緣放置。） ● 烹調之後加以攪拌(STIR)。

感測烹調

感測烹調會自動計算微波強度及烹調時間。感測烹調分為5類，共有兩種烹調方式可供選擇。一種包括米飯或焗薯仔，另一種包括白粥/稀白粥、蒸烹調或蔬菜。請參考每個步驟並遵照C-14頁及C-15頁感測烹調指南之詳細說明。

1）米飯或焗薯仔

RICE 米飯　BAKED POTATO 焗薯仔　　選擇烹飪方式，可按感測烹調鍵。

＊ 假定閣下想烹調兩個焗薯仔：

步驟	操 作	軟 鍵	顯 示
1	觸按焗薯仔軟鍵。	BAKED POTATO	BAKED POTATO SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南 COOK（烹調）燈號閃動。
	如需要有關的烹調提示，按功能查閱軟鍵。	INFO 功能查閱	1 PC- 6 PCS SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南
2	觸按即時烹調/開始軟鍵。 ＊ 當感測器感測到食物散發出來的蒸氣時，在顯示器上即顯示出烹調剩餘時間。（例：烹調剩餘時間約為8分18秒鐘）	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	SENSOR SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南 8.18 SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南 烹調剩餘時間顯示逐秒遞減。當微波停止操作時，微波爐發出鳴響信號。顯示器上交替出現TURN FOOD OVER（翻轉）的字樣。
3	打開爐門，將馬鈴薯翻轉，再關上爐門。		交替出現PRESS（觸按）和START（開始）的顯示。
4	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	6.09 SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南 烹調剩餘時間顯示逐秒遞減。其時間顯示遞減至0時，微波爐將發出一聲鳴響信號，所有指示燈將熄滅，顯示器上交替出現 STAND（擱置）COVERED（加蓋）WITH FOIL（用錫紙）的字樣。

每當HELP（指南）於顯示器上顯示，閣下可隨意查閱功能上之資料。請參見第 C-22頁。

2）白粥/稀白粥、蒸烹調或蔬菜

CONGEE/PORRIDGE 白粥/稀白粥 STEAM MENU 蒸 VEGETABLES 蔬菜

選擇烹調方式，可按感測烹調鍵直至顯示出所需之烹調項目。

＊ 假定閣下想烹調蒸魚350克：

步驟	操 作	軟 鍵	顯 示
1	觸按蒸軟鍵直至顯示出所需的項目（蒸魚觸按1次）。	STEAM MENU 蒸 x 1	FISH SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南 COOK（烹調）燈號閃動。
2	觸按即時烹調/開始軟鍵。 ＊ 當感測器感測到食物散發出來的蒸氣時，在顯示器上即顯示出烹調剩餘時間。（例：烹調剩餘時間約為5分04秒鐘）	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	SENSOR SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南 504 SENSOR 感測 COOK 烹調 HELP 指南 烹調剩餘時間顯示逐秒遞減。其時間顯示遞減至0時，微波爐將發出一聲嗚響信號，所有指示燈將熄滅，顯示器上交替出現STAND（擱置）COVERED（加蓋）的字樣。

每當HELP（指南）於顯示器上顯示，閣下可隨意查閱功能上之資料。請參見第C-22頁。

感測烹調指南

軟鍵	項目	份量	操作

RICE
米飯
x 1

米飯 1-2份量

份量	白米	水
1份量(1-2人用)	150克	250毫升
2份量(3-5人用)	300克	480毫升

- 將米淘洗乾淨。
- 將米和水共盛於一深底容器(約2公升),浸泡30分鐘(其間,將米攪拌數次)。
- 攪拌均勻後,加蓋進行烹調。
- 烹調完畢後,輕輕攪拌,加蓋擱置5分鐘。

CONGEE/PORRIDGE
白粥/稀白粥
x 1

白粥 1-2份量

份量	白米	水
1份量(1-2人用)	50克	750毫升
2份量(3-5人用)	80克	1400毫升

- 將米淘洗乾淨。
- 將米和水共盛於一深底容器(約2公升),浸泡30分鐘(其間,將米攪拌數次)。
- 攪拌均勻後,不加蓋進行烹調。
- 烹調完畢後,輕輕攪拌,擱置5分鐘。

各種粥類之烹調法

例)★ 柴魚花生粥
材料: 柴魚 100克 切碎(預先炸熟)
(3-5人) 花生 50克
蘿蔔乾 1片 切碎
蔥3條 切粒

注意 可於白粥烹調完畢時加入以上材料,並將蔥花及蘿蔔乾鋪於粥面以作裝飾。

★ 皮蛋瘦肉粥
材料: 瘦肉 230克 切小片(預先煮熟)
(3-5人) 皮蛋 2隻 切小塊

注意 可於白粥烹調完畢前10分鐘加入以上材料。

CONGEE/PORRIDGE
白粥/稀白粥
x 2

稀白粥 1-2份量

份量	白米	水
1份量(1-2人用)	70克	700毫升
2份量(3-5人用)	90克	1400毫升

- 將米淘洗乾淨。
- 將米和水共盛於一深底容器約(2公升之容器),浸泡15分鐘(其間,將米攪拌數次)。
- 攪拌均勻後,不加蓋進行烹調。
- 烹調完畢後,輕輕攪拌,擱置5分鐘。

各種粥類之烹調法

可於稀白粥烹調完畢時或完畢前10分鐘,加入各種不同肉類及材料,便可烹調出下列不同的稀白粥:

例)★ 雞片粥: 雞片 200克 切小片(預先煮熟)
(3-5人) 蔥 切三公分長度

★ 魚片粥: 魚片 250克(預先煮熟)
(3-5人) 薑 2片 切絲

注 意 1. 開始烹調前,水溫應大約為20℃。
2. 中式度量衡一兩相等於三十八克。

軟 鍵	項 目	開始時溫度	份 量	操 作
STEAM MENU 蒸 x 1	**蒸魚** 例如: 黃腳鱲 鱲魚 鯉魚 鱠魚 紅衫魚 烏頭 鰱沙 石斑	8-12℃	130-420克	● 洗淨，去鱗。 ● 用刀於魚身割幾次，刺破魚眼睛。 ● 盛於直徑22-28厘米的圓形淺碟上。 ● 灑上水，適量之鹽和油。 ● 灑上蔥粒及薑絲。 ● 加上耐微波保鮮紙。在一邊留下約2.5厘米細縫，讓蒸氣溢出。 ● 烹調結束後，加蓋擱置2分鐘。
STEAM MENU 蒸 x 2	**蒸肉類** 例如: 豬肉餅 牛肉餅 排骨塊 雞塊	8-12℃	180-520克	● 把肉醃好。 ● 製作肉餅時，儘量把肉餅壓平。(中央部份應較薄) ● 放在直徑22-28厘米之淺碟上。 ● 用微波保鮮紙加以覆蓋。在一邊留下約2.5厘米細縫，讓蒸氣溢出。 ● 烹調之後，加蓋擱置2分鐘。
VEGETABLES 蔬菜 x 1	**新鮮蔬菜** 西蘭花(小棵) 生菜(塊) 蘆筍(條) 紹菜(塊) 菠菜(分半) 洋蔥(條) 荷蘭豆(整條) 玉蜀黍(整棵或分半) 青椒(條)	20-25℃ 室溫	0.1-1.0公斤	● 將蔬菜洗淨。瀝去多餘水份。 ● 將蔬菜切棵，塊或條狀。 ● 放在一直徑28-31厘米之淺碟上，灑上食油及鹽作調味。 ● 用微波保鮮紙加以覆蓋。在一邊留下約2.5厘米細縫，讓蒸氣溢出。 ● 烹調後攪拌。 注意 1. 為達更佳之烹調效果，較硬身之蔬菜可以使用增加(▲)功能(見C-23頁)來調節，並於烹調後需擱置一段時間才進食。 2. 如欲烹調之蔬菜類別不包括在此項目中，請自行選定烹調時間。
VEGETABLES 蔬菜 x 2	**雪藏蔬菜** 西蘭花(小棵) 椰菜花(小棵) 蘆筍(段) 青豆 荷蘭豆(整條) 玉蜀黍(整棵或分半) 椰菜仔	-18℃ 雪藏	0.1-1.0公斤	● 烹調前儘量分散蔬菜(例如西蘭花)。 ● 放在一直徑28-31厘米之淺碟上，若需要加以適量(約2-3湯匙)的水。 ● 用微波保鮮紙加以覆蓋。在一邊留下約2.5厘米細縫，讓蒸氣溢出。 ● 烹調後，攪拌並加蓋擱置2分鐘。 注意 若蔬菜鋪滿冰塊，應先用水沖洗並瀝淨水份，然後自行選定烹調時間。
BAKED POTATO x 1	**焗薯仔** 馬鈴薯(整個)	20-25℃ 室溫	1-6個 (1個200克至250克)	● 使用洗淨的馬鈴薯。 ● 以叉子於表面兩邊各刺孔數次。 ● 放在轉盤的邊沿，如只烹調1個則放於轉盤中央。 ● 微波爐將在「嗶」一聲後停止，TURN FOOD OVER(翻轉)燈號將開始閃動。將馬鈴薯翻轉，再觸按即時烹調/開始軟鍵，繼續烹調。 ● 烹調之後，以鋁箔紙覆蓋，擱置3-10分鐘。

高速解凍

EXPRESS DEFROST
高速解凍

1.免治碎肉
2.雞塊
3.扒類

高速解凍功能可快速地為三項肉類之指定重量進行解凍。請依照C-17頁「高速解凍指南」中的細節進行解凍。

* 假定閣下想為0.2公斤的免治碎肉解凍:

步驟	操作	軟鍵	顯示
1	觸按高速解凍軟鍵直至出現所需之項目數字(觸按一次為免治碎肉。)	EXPRESS DEFROST 高速解凍 x 1	EXPRESS DEFROST / MINCED MEAT / 02 KG (DEFROST 解凍 COOK 烹調 HELP 指南) COOK(烹調)燈號閃動。
2	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調/開始	215 (DEFROST 解凍 COOK 烹調 HELP 指南) 解凍時間顯示開始逐秒遞減。至中途時,微波爐會發出四聲鳴響信號並停止操作。TURN FOOD OVER(翻轉)燈號閃動顯示。
3	把爐門打開。取出已解凍部份,翻轉並以鋁箔紙條覆蓋邊緣部份。關閉爐門。		交替出現PRESS(觸按)和START(開始)的顯示。
4	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調/開始	145 (DEFROST 解凍 COOK 烹調 HELP 指南) 解凍時間繼續遞減。其遞減至0時,微波爐發出一聲鳴響信號,STAND(擱置) COVERED(加蓋) WITH FOIL(用錫紙)燈號會顯示。

高速解凍指南

No.	項 目	重量	操 作
1	**免治 碎肉**	0.2公斤	• 將冷藏碎肉放在淺碟上。 • 解凍中途微波爐將會發出「嗶」聲並停止，TURN FOOD OVER（翻轉）燈號將開始閃動。取出已解凍部份，翻轉並以鋁箔紙條覆蓋邊緣部份。 • 觸按開始軟鍵，繼續解凍。 • 解凍結束後，以鋁箔紙覆蓋，擱置3-5分鐘為宜。
2	**雞塊** （雞中翼）	0.35公斤	• 將雞中翼放置於淺碟上。 • 解凍中途微波爐將會發出「嗶」聲並停止，TURN FOOD OVER（翻轉）燈號將開始閃動。反轉，然後重新排列，並以鋁箔紙條覆蓋已解凍之部份。 • 觸按開始軟鍵，繼續解凍。 • 解凍結束後，以鋁箔紙覆蓋，擱置5分鐘為宜。
3	**扒類**	0.3公斤	• 用鋁箔紙包裹豬扒或牛扒較細的一端。 • 將較薄之端向中心置於淺碟上。應注意肉塊不可重疊，如果肉塊重疊，應儘快將其分開。 • 解凍中途微波爐將會發出「嗶」聲並停止，TURN FOOD OVER（翻轉）燈號將開始閃動。反轉，然後重新排列，並以鋁箔紙條覆蓋已解凍之部份。 • 觸按開始軟鍵，繼續解凍。 • 解凍結束後，以鋁箔紙覆蓋，擱置5分鐘為宜。

注意

1. 冷藏碎肉時，將其分成平坦、均勻的大小。
2. 冷藏雞塊、牛扒和豬扒時，分成平坦的單片，分層冷藏。如有需要，可使用冷藏保鮮紙將其分層隔開，這樣可確保解凍均勻。
3. 不妨在每一包裝上註明正確的重量。

簡便解凍



簡便解凍功能可自動計算微波強度和解凍時間。
請依照C-19頁「簡便解凍指南」中的細節進行解凍。

＊ 假定閣下想為1.0公斤的雞塊解凍：

步驟	操作	軟鍵	顯示
1	觸按簡便解凍軟鍵。	EASY DEFROST 簡便解凍	DEFROST 解凍 HELP 指南
2	觸按數字軟鍵輸入雞塊重量。	1 0	10 KG DEFROST 解凍 COOK 烹調 HELP 指南 COOK(烹調)燈號閃動。
3	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	16.20 DEFROST 解凍 COOK 烹調 HELP 指南 解凍時間顯示並開始逐秒遞減。至中途時，微波爐會發出四聲鳴響信號並停止操作。TURN FOOD OVER(翻轉)燈號閃動顯示。
4	把爐門打開。反轉，然後重新排列，並遮蓋已解凍部份。 關閉爐門。		交替出現PRESS(觸按)和START(開始)的顯示。
5	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	3.30 DEFROST 解凍 COOK 烹調 HELP 指南 解凍時間繼續遞減。其遞減至0時，微波爐發出一聲鳴響信號，STAND(擱置) COVERED(加蓋) WITH FOIL(用錫紙)燈號會顯示。

簡便解凍指南

項 目	重量 (最少-最多)	操 作
牛扒 **豬扒** **肉塊**	0.1-2.0公斤	• 用鋁箔紙包裹豬扒或牛扒較細的一端。 • 將較薄之端向中心置於淺碟上。應注意肉塊不可重疊，如果肉塊重疊，應儘快將其分開。 • 烹調至中段時，微波爐將會發出「嗶」聲並停止，TURN FOOD OVER（翻轉）燈號將開始閃動。反轉，然後重新排列，並以鋁箔紙條覆蓋已解凍之部份。 • 觸按開始軟鍵，繼續解凍。 • 解凍結束後，以鋁箔紙覆蓋，擱置5-30分鐘為宜。
碎肉 牛肉	0.1-2.0公斤	• 將冷藏碎肉放在淺碟上，將邊沿加以覆蓋。 • 烹調至中段時，微波爐將會發出「嗶」聲並停止，TURN FOOD OVER（翻轉）燈號將開始閃動。取出已解凍部份，翻轉並以鋁箔紙條覆蓋邊緣部份。 • 觸按開始軟鍵，繼續解凍。 • 解凍結束後，以鋁箔紙覆蓋，擱置5-15分鐘為宜。
烤肉 牛肉/豬肉/ 羊肉	0.5-2.0公斤	• 用約2.5厘米寬的鋁箔紙條裹住肉塊的邊沿。 • （如果可能）將瘦肉側朝上排放，置於淺碟上進行解凍。 • 烹調至中段時，微波爐將會發出「嗶」聲並停止，TURN FOOD OVER（翻轉）燈號將開始閃動。翻轉並以鋁箔紙條覆蓋已解凍之部份。 • 觸按開始軟鍵，繼續解凍。 • 解凍結束後，以鋁箔紙覆蓋，擱置10-30分鐘為宜。
家禽類	1.0-2.0公斤	• 將家禽從包裝紙中取出。用鋁箔紙包裹翅膀或腿部的尖端。 • 將胸肉向下放於淺碟上進行解凍。 • 烹調至中段時，微波爐將會發出「嗶」聲並停止，TURN FOOD OVER（翻轉）燈號將開始閃動。翻轉並以鋁箔紙條覆蓋已解凍之部份。 • 觸按開始軟鍵，繼續解凍。 • 解凍結束後，以鋁箔紙覆蓋，擱置15-30分鐘為宜。 注意 如有需要，擱置之後可於冷水下沖洗，以取出內臟。
雞塊	0.1-2.0公斤	• 用鋁箔紙包住雞骨暴露部份進行解凍。 • 將雞塊放置於淺碟上。 • 烹調至中段時，微波爐將會發出「嗶」聲並停止，TURN FOOD OVER（翻轉）燈號將開始閃動。反轉，然後重新排列，並以鋁箔紙條覆蓋已解凍之部份。 • 觸按開始軟鍵，繼續解凍。 • 解凍結束後，以鋁箔紙覆蓋，擱置5-30分鐘為宜。

未列入以上指南的食物類別，用戶可自行使用30%（中低火）之微波強度來解凍。

注 意
1. 冷藏碎肉時，將其分成平坦、均勻的大小。
2. 冷藏雞塊、牛扒和豬扒時，分成平坦的單片，分層冷藏。如有需要，可使用冷藏保鮮紙將其分層隔開，這樣可確保解凍均勻。
3. 不妨在每一包裝上註明正確的重量。

其他簡便功能

功能查閱 (INFO)

INFO
功能查閱

1. 自動開始功能
2. 防幼兒誤操作鎖扣功能
3. 示範功能
4. 切換語言顯示功能
5. 烹調步驟提示功能

功能查閱備有5項功能。

(1)自動開始功能

閣下可預先編定烹調程序，使微波爐在指定時間內自動開始操作。
自動開始功能可應用於自選烹調、緩速烹調、白飯或白粥/稀白粥烹調。
* 假定閣下想預校在下午4:30以50%(中火)之微波強度作20分鐘的烹調:(檢查是否顯示出當天的正確時間。)

步驟	操作	軟鍵	顯示
1	觸按功能查閱軟鍵。	INFO 功能查閱	AUTO START / PRESS 1 / LOCK PRESS 2 / DEMO PRESS 3 / LANGUAGE PRESS 4 / BAHASA TEKAN 4 / ЯЗЫК НАЖАТЬ 4
2	觸按數字1軟鍵。	1	AUTO START / ENTER / START TIME
3	輸入開始烹調的時間。	4 3 0	4:30 冒號 “:” 閃動。
4	觸按時鐘軟鍵。	CLOCK 時鐘	4:30
5	輸入所需烹調時間。	2 0 0 0	2000 COOK 烹調
6	觸按微波強度軟鍵3次以選定50%(中火)之微波強度。	POWER LEVEL 微波強度 x 3	50 % COOK 烹調
7	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調/開始	AUTO START 4:30 ON 在下午4:30時，微波爐會自動開始烹調。 2000 COOK 烹調 烹調剩餘時間顯示逐秒遞減。其時間顯示遞減至0時，顯示器上所有烹調內容的顯示便會消失，微波爐發出烹調終了的一聲鳴響信號。

注意
1. 若要檢查現在的時間，可按時鐘軟鍵。
2. 若烹調開始前爐門被打開，而之後仍想繼續使用自動開始功能，則需於關上爐門後觸按即時烹調/開始軟鍵才可。
3. 若取消自動開始的設定，觸按暫停/取消軟鍵一次即可。
4. 使用自動開始功能之前，必須設定當天的正確時間。有關時鐘時間的設定方法，請參見第C-5頁之項目。

(2)防幼兒誤操作鎖扣功能

爐箱中無食品或飲料時，如不慎使微波爐開始操作，微波爐可能會受損。為防止事故發生，不使用微波爐時，可設定這項鎖扣功能。

*** 輸入鎖扣功能**

按C-20頁自動開始功能設定步驟1後：

步驟	操 作	軟 鍵	顯 示
2	觸按數字2軟鍵。	2	CHILD LOCK
3	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	LOCK 顯示器上顯示出當天時間。

此時各軟鍵都已鎖上而不能操作，每觸按軟鍵時，顯示器上顯示LOCK（鎖扣）的字樣。

*** 解除鎖扣功能**

接上述步驟2後：

步驟	操 作	軟 鍵	顯 示
3	觸按暫停/取消軟鍵。	STOP/ CLEAR 暫停／取消	LOCK OFF 顯示器上顯示出當天時間，這時，微波爐可以操作使用。

(3)示範功能

一般此功能主要是用於零售店內作示範宣傳，但亦可作為用戶熟習軟鍵功能的操作而使用。

*** 啟動示範操作功能**

按C-20頁自動開始功能設定步驟1後：

步驟	操 作	軟 鍵	顯 示
2	觸按數字3軟鍵。	3	DEMO
3	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	此時，顯示器上交替出現DEMO SHARP MICROWAVE OVEN的顯示。

此時，微波爐在不發出微波的情況下而示範各項操作方法。

*** 作即時烹調的示範操作**

步驟	操 作	軟 鍵	顯 示
1	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	1.00 COOK 烹調 烹調剩餘時間顯示以10倍速度逐秒遞減。其時間顯示遞減至0時，會發嗚響聲。

*** 解除示範操作功能**

接上述步驟2後：

步驟	操 作	軟 鍵	顯 示
3	觸按暫停/取消軟鍵。	STOP/ CLEAR 暫停／取消	DEMO OFF 顯示器上顯示出當天時間。

(4)切換語言顯示功能

本微波爐的顯示均設定為英文，但用戶可隨意改為馬來西亞文或俄文作顯示。
欲切換語言顯示，先觸按功能查閱(INFO)軟鍵，然後再觸按數字4軟鍵，之後繼續觸按數字4軟鍵，直至出現所需的語言顯示為止，接著觸按即時烹調/開始(INSTANT COOK/START)軟鍵即可。

(5)烹調步驟提示功能

此微波爐於各項自動烹調功能及緩速烹調中均設有烹調步驟的提示，用戶只需當顯示器上HELP(指南)的字樣顯示時，觸按功能查閱(INFO)軟鍵即可。

減少/增加功能的設定

自動烹調指南中的烹調時間是按一般的口味而設定。若想要將烹調時間根據個人喜好加以調整，可按微波強度軟鍵加以調節，按一次為增加（MORE），兩次為減少（LESS）。

可使用於下列的烹調功能：-
--感測翻熱
--感測烹調
--高速解凍
--簡便解凍

* 假定閣下在解凍1.0公斤雞塊時，想使用多於標準設定的時間：

程序	步 驟	觸按軟鍵	顯 示
1	觸按簡便解凍軟鍵。	EASY DEFROST 簡便解凍	DEFROST 解凍 HELP 指南
2	觸按數字軟鍵輸入其重量。	1 0	10 KG DEFROST 解凍 COOK 烹調 HELP 指南 COOK（烹調）燈號閃動。
3	觸按增加軟鍵一次。	▲ x 1	10 KG ▲ DEFROST 解凍 COOK 烹調 HELP 指南
4	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	17.58 ▲ DEFROST 解凍 COOK 烹調 HELP 指南

使用其他功能時，於步驟1觸按所需之軟鍵直至所需之解凍項目，然後繼續步驟3之程序。

烹調進行時時間的調節

微波爐在烹調中，可以使用增加/減少軟鍵來增加/減少時間。

* 假定閣下用微波50%（中火）烹調5分鐘之後，想把烹調時間增加2分鐘：
（當時的剩餘烹調時間為1分30秒）

步驟	操作	軟鍵	顯示
1	選定所需烹調時間。	5 0 0	500 COOK 烹調 COOK（烹調）燈號閃動。
2	觸按微波強度軟鍵選定微波強度，直至出現適當的強度為止（50%（中火）之微波強度時，應觸按三次）。	POWER LEVEL 微波強度 x 3	50 % COOK 烹調
3	觸按即時烹調/開始軟鍵。	INSTANT COOK / START 即時烹調／開始	500 COOK 烹調 烹調時間開始逐秒遞減。 130 COOK 烹調
4	觸按增加軟鍵兩次，增加烹調時間兩分鐘。	▲ x 2	330 COOK 烹調 烹調時間繼續逐秒遞減。

注意　本功能是不能於緩速烹調中使用的。

定時器設定

本功能可作為一般計時器用途使用，例如：

在一般爐子上煮蛋計時；或

為建議的擱置時間計時。

輸入時間最高可至99分99秒。若在倒數計時中想要取消，只需觸按「暫停/取消」軟鍵，顯示器即會重新顯示當天的時間。

*假定閣下想要在一般爐子上煮蛋三分鐘：

步驟	步　驟	觸按軟鍵	顯　示
1	輸入想要的時間。	3 0 0	300 COOK 烹調 COOK（烹調）燈號閃動。
雞蛋一在鍋內開始烹調，即可設定定時器。			
2	觸按時鐘軟鍵。	CLOCK 時鐘	300 計時顯示器開始逐秒遞減。當時間遞減至零時，微波爐會發出一聲「嗶」聲。

提示鈴聲

本微波爐設有提示鈴聲功能。若用戶於烹調完畢2分鐘後仍將食物擱置於爐中，則本爐會發出三聲「嗶」聲，並且顯示器上將閃動REMOVE FOOD（取出食物）字樣。

若閣下不立即將食物取出，則微波爐會於4分鐘和6分鐘後各發出三聲「嗶」聲以提示用戶。

清洗及注意事項

定時清洗微波爐

清洗前先拔去電源插頭。若可能，在清洗時把爐門打開，以防止微波爐啟動。

爐箱外殼:
爐箱外殼請用中性肥皂水來清洗。洗淨後用柔軟的濕布將其清洗並抹乾。清潔時，請勿使用粗粒狀洗潔劑。

爐門/觸按式軟鍵控制板:
清潔控制板時，應特別小心。經常用濕布抹拭爐門、透明窗兩面、爐門襯墊、襯墊表層及其四週。然後，用一微濕軟布抹拭門前側（包括控制板）。切勿刮洗或以化學清潔劑或過多之水份來清洗。

爐箱內壁:
為確保衛生，應用溫水軟布來清洗內壁。使用完畢後，以微濕軟布擦拭波導管罩，以去除食物渣滓。微波爐內積聚的食物殘渣可能會過熱並冒煙或燃燒起來。
切勿使用化學烤箱去污劑，研磨去污劑或粗粒狀洗滌劑洗刷微波爐。切勿向微波爐的任何部份，直接噴射焗爐清潔劑。應注意避免用過多的水清洗。而清洗之後，必須用布把水份抹乾。

轉盤及轉盤旋轉架:
請用中性肥皂水來清洗，並徹底抹乾。

維修前的檢查

在維修之前請先自行作以下檢查:

1. 電源接駁後，顯示器是否亮著? 是______ 否______
2. 爐門打開時，照明燈是否亮著? 是______ 否______
3. 將一杯水（250毫升）放置於轉盤上，並把爐門關妥。在爐門關好的情況下，照明燈應熄滅。觸按「即時烹調/開始」軟鍵1次。
   A. 照明燈是否點亮? 是______ 否______
   B. 通風扇是否轉動?（將手放在後方的通風口試探） 是______ 否______
   C. 轉盤是否旋轉?（轉盤可以順時針或逆時針旋轉） 是______ 否______
   D. 1分鐘後，微波爐有無發出一聲鳴響信號?同時「烹調」的顯示是否熄滅? 是______ 否______
   E. 水是否已經變熱? 是______ 否______

如果以上問題有一為"否"，請檢查電源插座及保險絲。
檢查後，如果電源插座及保險絲均未出現毛病，而微波爐仍有問題，請立刻與就近聲寶所指定的維修中心聯絡。

注意: 1. 若顯示器上的時間遞減得很快，請參見「示範功能」。（詳情請見C-22頁）
2. 如果在HIGH(高火)之狀態下烹調時間超過40分鐘，微波功率會自動降低以避免過熱。

規　格

交流電壓	:	請參考標牌所示。
電力消耗	:	1.55千瓦
輸出功率	:	1000瓦* (IEC測試程序)
微波頻率	:	2450MHz (乙類/第二組)**
外型尺吋	:	495毫米(闊) × 355毫米(高) × 525毫米(深)
爐箱尺吋	:	450毫米(闊) × 222毫米(高) × 432毫米(深)
烹調均勻度	:	轉盤系統(直徑406毫米)
重量	:	約22千克

* 此規格是以國際電工委員會（IEC）為標準。
** 此是以國際標準 (International Standard) CISPR11中對工業、科技及醫學(ISM)儀器的分類。